

楽しさ自給率の高いまちへ

だい 広報 DAISEN せん

特集 今年も「暑い夏」がやってくる！
早めの熱中症対策

姉妹都市提携30周年
来訪中の

テメキュラ市長と地元小学生が
仲よくハイタッチ



7. No.251
2024

今年も「暑い夏」がやってくる！

早めの熱中症対策

熱中症を予防して 快適な夏を！

今年も暑い夏がやってきました。毎年、熱中症で体調を崩す人が出ています。鳥取県内では、昨年度645人の方が熱中症によって救急搬送されており、前年度から81人も増加しています。

熱中症は重症化すると命に関わることもあります。適切な予防や応急処置の方法を理解して、熱中症に負けない快適な夏を過ごしましょう！

熱中症とは？

熱中症は、高温多湿の環境の中での作業や運動により、大量の発汗などで体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調節機能がうまく働かないことで、熱が体にこもって起こります。熱中症の主な症状として、次のものが挙げられます。

軽度（Ⅰ度）

めまい、
立ちくらみ、
筋肉痛、
こむら返り、
汗が止まらない
など



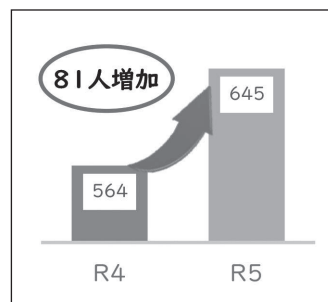
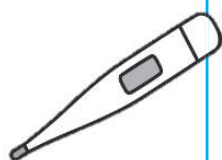
中度（Ⅱ度）

頭痛、
吐き気、
嘔吐、
体がだるい（倦怠感）、
虚脱感など



重度（Ⅲ度）

意識がない、
けいれん、
高い体温、
呼びかけへの反応
がおかしい、
尿や汗が出ないなど



鳥取県内の熱中症による救急搬送者数

熱中症を予防するための

6つのポイント

① 熱中症になりやすい日を知る

ニュースや天気予報で、当日や翌日の気温や暑さ指数を確認しましょう。

環境省 LINE

環境省 LINE



を友だち追加して、通知を受けた地域と暑さ指数を登録すると予測情報が配信されます。

▼日常生活に関する指標

暑さ指数(WBGT)	日常生活での注意事項
危険 31以上	外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。
厳重注意 28以上31未満	外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
警戒 25以上28未満	運動や激しい作業をする際は定期的に休息を取り入れる。
注意 25未満	一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。



② 暑さを避ける

外出時は日傘をさす、帽子をかぶるなどしましょう。扇風機やエアコンを使用するなどして、室内温度は28℃、湿度は60%以下を保つようにしましょう。



③ こまめに水分補給

体温調節機能が働くためには、汗をかくて失った水分や塩分を適切に補給することが必要です。



④ 服装を工夫する

襟元はなるべくゆるめて通気性を良くしましょう。また、吸汗・速乾素材などの衣服も活用しましょう。

⑤ 暑さに備えた体づくりをする

食事をバランスよく摂取しましょう。また、普段からしっかりと睡眠や休養をとることも大切です。さらに、日ごろから運動をして汗をかくことを習慣づけて、暑さに負けない体づくりをしましょう。



⑥ 声をかけ合う

熱中症の予防は、集団生活におけるお互いの配慮や注意も必要です。家族やご近所で「水分とってる?」「少し休んだ方がいいよ」など、声をかけ合いましょう。

どんな人が熱中症になりやすい?

熱中症は、気温や湿度が高いなどの環境条件と、体調が良くない、暑さに慣れていないなどの個人の体調による影響が組み合わされることにより、発症しやすくなります。

特に、高齢者(65歳以上)や乳幼児は熱中症になりやすいと言われています。

高齢者の特徴

- ・暑さを感じにくい
- ・汗をかきにくい

乳幼児の特徴

- ・体温調節機能が未熟
- ・身長が低く、地面の照り返しで高い温度にさらされる



熱中症になったら

どうするの？

熱中症になった時は、適切な処置をすることが大切です。

① 涼しい環境へ避難する

風通しのよい日陰やエアコンが効いている室内などへ避難しましょう。



② 脱衣と冷却

衣服を脱がして体の熱を逃し、首の周りや脇の下、足の付け根を冷やしましょう。



③ 水分・塩分の補給

冷たい水で水分を補給させましょう。大量に汗をかいた場合は失われた塩分を適切に補うことができるスポーツドリンクなどが適しています。



④ 医療機関へ運ぶ

自力で水分摂取ができない場合は、医療機関に搬送することが最優先です。

「吐き気を訴える」、「嘔吐がある」、「呼びかけに対する反応がおかしい／応えない」といった場合は、無理に水分を取らせないようにしましょう。



暑い日はお近くの**涼みどころ**をご活用ください。

町内 13ヶ所の施設を **涼みどころ** として利用できます。ぜひ、ご利用ください。

大山地区

- ・大山公民館
- ・大山農村環境改善センター
- ・旧高麗保育所
- ・旧所子保育所

名和地区

- ・名和公民館
- ・旧庄内保育所
- ・旧名和保育所
- ・御来屋漁村センター
- ・旧光徳保育所

中山地区

- ・中山公民館
- ・まぶや
- ・友好館
- ・旧上中山保育所

期間は 6 月～ 9 月です。

詳しいご利用可能日時は、
大山町 HP をご覧ください。

無理せず体を休めて、熱中症を予防しましょう。



▲大山町 HP

問 健康推進課 ☎ 0859-54-5206

涼みどころ

この施設は熱中症予防のために休憩ができる場所です。
お気軽にご利用ください。

こまめな水分補給を
忘れないようにしましょう。

暑さを我慢せず、
涼しい環境で過ごしましょう。

外出は涼しい服装で、
日傘や帽子も活用しましょう。

お問い合わせ 大山町役場 健康推進課の0859-54-5206

大山町名和マラソンフェスタ2024

「大山町名和マラソンフェスタ2024」が5月19日(日)に名和総合運動公園を発着点として行われました。

今回の大会には、県内外より総勢678名がエントリーし、遠く東は東京、西は福岡からの参加がありました。

大山町内入賞者(敬称略)

【ハーフ女子】

7位 入江みはゆ

【5km女子高校生以上】

2位 若杉 智美

【5km男子中学生以下】

5位 種子 大樹

※(8位まで)



大会当日は絶好のコンディションの中で参加者は自己の目標に向かって一生懸命チャレンジしていました。

今大会も大山町スポーツ協会各専門部員やスポーツ推進委員、コース沿道集落のみなさんなど多くのボランティアスタッフが支えられて、とても温かいアットホームな大会となりました。



大山に夏が来た!

第78回大山夏山開き祭

夏山シーズンの到来を告げる大山夏山開き祭が6月1・2日に行われました。

1日の前夜祭で行われた神事は、今年も遷座のため大神山神社奥宮ではなく、お隣の下山神社で行われました。登山者の安全を祈願する神事が行われた後、19時半ごろから神官や天狗、僧兵らを先頭にたいまつ行列がスタートしました。沿道に多くの観光客、カメラマンが待ち構えるなか約1,100本のたいまつが炎の帯が大神山神社奥宮の石畳、大山寺参道に浮かび上がりました。

また、ゴール地点の博労座では「まるとごと!大山ブルメフェスタ」と「イベントステージ」が開催され、多くの人でにぎわい、石見神楽や大山僧兵太鼓が会場を盛り上げました。

2日は大山山頂で山頂祭神事が行われました。竹口



町長をはじめ、関係者や登山客ら約250人が参加し、登山の安全を祈願しました。当日の山頂は雲に覆われ、絶景を拝むことはできませんでしたが、県内外からの大勢のお客様でにぎわい、厳かな雰囲気の中で夏山の安全を祈りました。



Temecula and Daisen 大山町・テメキュラ市 姉妹都市締結30周年



Sister City 30th Anniversary

1994年に姉妹都市締結したテメキュラ市との交流が、今年で30周年を迎えました。
30周年を記念して、6月5日～9日の5日間、テメキュラ市からジェームズ・スチュー・スチュワート市長はじめ9名が大山町を訪問されました。
この訪問に合わせて記念事業を実施し、これからの末永い交流を確認しました。



6月6日(木)、中山温泉生活想像館わくわくホールにて、姉妹都市締結30周年記念式典を行いました。
平成6年に旧中山町とテメキュラ市で調印され、大山町に引き継がれた姉妹都市交流が30年間も続いてきたことを喜び、これからも家族のような深い交流を続けていくことを約束しました。
式典後、中山温泉駐車場の北側広場にしだれ桜を植樹しました。この場所には、30周年を記念してテメキュラ市から贈られた記念銘板を取り付けた記念碑を設置する予定です。

植樹の様子

5月31日(金)に、韓国・襄陽郡から趙永鎬(チヨ・ヨンホ)副郡守をはじめ6名の訪問団が、大山の初夏の風物詩である「大山夏山開き祭」の祝賀のために来町されました。
コロナ禍が終息した昨年からは相互訪問の交流が再開されており、今回は、5年ぶりに米子ーソウル便を利用して鳥取県に来られました。
6月1日は、前夜祭のたいまつ行列に参加されて、幽玄な炎の祭りを楽しまれました。

■友好親善協定締結の 韓国襄陽郡訪問団が来町



たいまつ行列の様子

高校生のみなさん!! 地元で働きませんか？

第2回大山町職員採用資格試験（高校新卒）

令和7年3月高校卒業予定者を対象とした大山町職員採用資格試験を次のとおり行います。

1 募集職種・採用予定者数・受験資格

募集職種	採用予定者数	受 験 資 格
一般事務	若干名	平成16年4月2日から平成19年4月1日までに生まれた人で、現在高等学校の3年生であり、令和7年3月までに高等学校卒業見込みの人。（高等専門学校3年生で、3年生修了予定者含む）
土木技師	若干名	

※住所要件なし

2 申込方法・受付期間

申込方法	インターネット電子申請による申し込み 右記のQRコードから、とっとり電子申請サービス（大山町）にアクセスして、必要事項を入力してください。	
受付期間	令和6年7月1日（月）午前9時～令和6年8月15日（木）午後3時 ※インターネット申し込みのみ	

3 採用試験日程 令和6年9月22日（日）

詳しい試験案内は大山町ホームページに掲載しています。 ☎ 総務課 ☎ 0859-54-5201

先輩職員の声

現在の仕事内容



総務課 入庁5年目
谷野 智康

主に消防に関する業務を担当しています。消防団との連絡調整や各集落の消防施設整備に係る費用の補助等、いざという時に適切な対応ができる体制が整えられるよう支援を行っています。

仕事のやりがい

町民の生命と財産を守るため、日ごろから尽力されている消防団の方々と一緒になって仕事ができることを誇りに思います。また、様々な方と関わることで知見を広げ、自身の成長につながっていると感じています。

ある一日の業務

（午前）補助金申請の受付、消防団や関係機関との連絡調整
（午後）消防・防災に関する会議への出席

高校生へひとこと

役場の業務は多岐にわたり、様々な分野の仕事、地域の方々との交流等、他の職業では経験ができないことがあると思います。50年後・100年後にも自分の住む町を守るため一緒に働けることを楽しみにしています。



国民健康保険について

令和6年度 国民健康保険税の税率・税額は据え置きます

令和6年度の国民健康保険税は、近年の国保財政の運営状況や物価高騰等の影響を考慮し、据え置きとします。なお、地方税法の改正により、後期高齢者医療支援金分の賦課限度額は引き上げとなります。(220,000円→240,000円)

区 分	令和6年度			
	所得割 (世帯の所得に応じて負担)	均等割 (世帯の加入者数に応じて負担)	平等割 (世帯ごとに負担)	限度額 (課税の上限額)
医療給付費分	6.79%	25,300円	22,800円	650,000円
後期高齢者 医療支援金分	2.38%	8,900円	8,000円	240,000円
介護納付金分	2.07%	10,600円	6,500円	170,000円

国保税の期限内納付と医療費節減へのお願い

国民健康保険は、加入者の皆さまに納めていただく保険税などで運営しています。重要な財源となりますので納期限内の納付をお願いします。

医療費は、高齢化や生活習慣病などの疾病増加や高額な新薬の影響などで増加傾向にあります。ジェネリック医薬品の活用や各種健康診査を積極的に受診するなど、医療費削減へのご協力をお願いいたします。

国民健康保険への加入・脱退の届出などについて

職場の健康保険に加入した時や、職場の健康保険を脱退した時は、国民健康保険の加入・脱退の手続きが必要となります。原則14日以内に役場で手続きをしましょう。

※マイナンバーカードが健康保険証として利用できますが、加入・脱退手続きは必要です。

「国民健康保険被保険者証」をお送りします

現在お持ちの国民健康保険被保険者証は、7月31日をもって有効期限が切れます。8月1日からの新しい保険証は、7月下旬に特定記録郵便にてお送りします。(ただし、国保税に滞納のある世帯は除きます。)

マイナ保険証への移行について

令和6年12月2日より医療機関の受診はマイナ保険証の利用が原則となります。ただし、7月下旬にお送りする被保険者証については、経過措置により令和7年7月31日までお使いいただくことができます。



医療機関を受診の際はマイナ保険証をぜひご利用ください！

- ・手続きなしで限度額を超える一時的な支払が不要に！
- ・データに基づく最適な医療が受けられる！
- ・健康保険証としてずっと使える！

利用方法等詳しくは右記 QR コードより（厚生労働省 HP）

医療機関でマイナ保険証の利用登録がカンタンにできます。ぜひご活用ください。(マイナンバーカードの読み取り機械のある医療機関に限ります。)



問 資格に関すること 健康推進課 ☎ 0859-54-5206 問 税に関すること 税務課 ☎ 0859-54-5208

後期高齢者 医療保険料の 保険料率が変わります



令和6・7年度の保険料は、国の制度改正および鳥取県の医療給付費の実績や今後の被保険者等の推計等を基に以下のように変更となりました。

年度途中での加入または喪失の場合は、月割りで計算します。

1年間の保険料

限度額 80 万円。ただし、100 円未満は切り捨て（※ 1）

均等割額

52,138 円

+

所得割額

賦課のもととなる所得金額（※ 2）
× 10.64%（※ 3）

（※ 1）次の方は令和6年度に限り、保険料の急激な負担の増加を和らげるため、賦課限度額が 73 万円になります。

- ・昭和 24 年 3 月 31 日以前に生まれた方
- ・障がいの認定を受け、被保険者の資格を有している方

（※ 2）賦課のもととなる所得金額とは、前年の総所得金額および山林所得金額ならびに株式・長期（短期）譲渡所得金額等の合計から地方税法に定める基礎控除額（合計所得金額が 2,400 万円以下の場合は 43 万円）を控除した額です（雑損失の繰越控除額は控除しません）。

（※ 3）令和6年度に限り所得割率は、保険料の急激な負担の増加を和らげるため、賦課のもととなる所得金額が 58 万円以下の方は 9.83%、58 万円超の方は 10.64%となります。

＜前回の保険料率との比較＞

		令和 6 年度	令和 7 年度	令和 4・5 年度
均等割額		52,138 円		47,436 円
所得割率	賦課のもととなる所得金額 58 万円以下	9.83%	10.64%	9.10%
	賦課のもととなる所得金額 58 万円超	10.64%		
賦課限度額		80 万円		66 万円

後期高齢者医療保険料の決定通知書・納入通知書は 7 月中旬にお送りします。

問 税務課 ☎ 0859-54-5208

県西部
地区
初開催!

「とっとり西部地区 まるっと 就農相談会」を開催します!

独立就農、雇用就農、アルバイト等、鳥取県で農業を始めるための相談や情報収集ができるイベントを開催します。県内農産物の産地の方や支援機関が集いますので、お気軽にご来場ください。

開催日：7月28日(日) 午後1時から午後4時まで

場 所：米子市文化ホール（米子市末広町 293 番地）

内 容 ○各産地、市町村のPR ○移住・定住の相談

○就農相談 ○雇用就農情報の紹介

※入場無料（当日参加可）

※事前申込はコチラ>>>>

（とっとり電子申請サービス）（当日参加可）

問：鳥取県農業経営・就農支援センター

☎0857-26-7388

詳細はセンターHPをご覧ください

●セミナー 午後2時～「そげだ！白ねぎ農家になろう!!」

鳥取西部農協白ねぎ部会 上杉 秀平氏

●ブースを3か所まわって特産品をあてよう！

●アンケートに回答いただいた方に鳥取県産品を使ったお菓子プレゼント



R5.11.3とっとり農業人フェア(倉吉)の様子



上杉さん

今年度より対象拡大! 10年に一度のチャンスです!

大山町ふしめ歯科検診(歯周病検診)を受けましょう

歯周病は成人期以降の歯を失う原因の第1位です。

対象の節目の年齢になられた方は、歯科検診を受診して歯周病を予防し、生涯歯と口の健康を守りましょう。

◆対象者

今年度中（R7.4.1 まで）に **20,30,40,50,60,70 歳** になられる大山町民の方

◆検診の流れ

対象の方へは、役場から6月中に「大山町ふしめ歯科検診受診券」と「受診票」、受診できる歯科医院一覧を送付しています。

1 受診できる歯科医院一覧から希望する**歯科医院に予約**しましょう。

2 **当日**、「受診券」、「受診票」を持参して**検診を受け**ましょう。

◆検診内容

歯・口腔状況診査（検診）、口腔衛生指導

◆受診費用

無料（ただし、検診後に治療行為が行われる場合は有料となりますので、十分な説明を受け、承諾の上で治療を受けてください。）

◆受診期間

令和6年7月1日～令和6年12月末まで



問 健康推進課 ☎0859-54-5206

教育委員を紹介します

4月1日付けで、**兜山** 洋美さん（大山）、5月12日付けで、**向陽** 寛孝さん（下甲）が教育委員として任命されました。

兜山さんは、保護者の視点で、向陽さんは、高校教師として長年の経験をもとに大山町の教育行政の推進に努めていただきます。

教育委員会は、教育長と4人の委員で構成され、教育行政における重要事項などを決定していきます。

委員（教育長職務代理者）

委員 山本 健一
委員 兜山 洋美
委員 向陽 寛孝
委員 門脇 明子



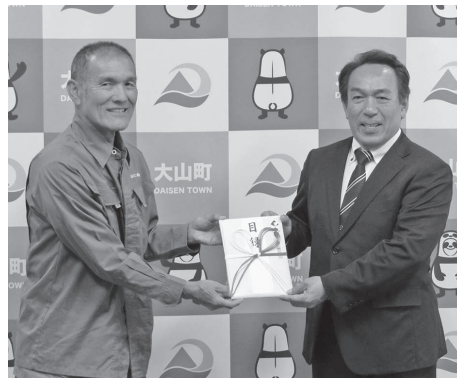
向陽 寛孝さん



兜山 洋美さん

寄贈ありがとうございます ～イノシシ肉を給食食材に～

5月7日、大山ジビエ振興会（安達忠良会長）から、ジビエ振興と鳥獣被害防止への啓発として、町内小中学校及び保育所への給食用にイノシシ肉100キロを寄贈いただきました。



学校給食では、日を分けて「ジビエビーンズ」や「ドライカレー」として提供されました。5月24日に提供された給食のドライカレーを食べた生徒からは「味がしつかりしていて食べやすい。」などの感想が聞かれ、大変好評でした。

献血にご協力ください

400ml献血を実施します

7月12日（金）に町内4カ所を献血車が巡回します。病気の治療や手術などで輸血を必要としている方の尊い生命を救うため、ご協力をお願いします。

なお、献血カードをお持ちの方はカードをご持参ください。
※400ml献血採血基準
男性は17歳～69歳、女性は18歳～69歳とともに体重50kg以上の方

◆時間・会場

9:30～10:30 名和公民館
11:15～12:15 保健福祉センターなわ
13:45～14:45 社会福祉法人慶愛会
大山やすらぎの里
15:45～16:45 鳥取西部農協大門口支所

問 住民課

0859・54・5210



国民年金保険料の納付が困難な場合は保険料免除・猶予の制度があります。

保険料が未納の状態、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなる場合があります。

そのような状況を防ぐため、経済的な理由等で保険料の納付が困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度」があります。

令和6年度分免除・納付猶予申請

◆受付開始日 7月1日

◆対象期間 令和6年7月分～令和7年6月分

※過去2年（申請月の2年1カ月前の月分）までさかのぼって免除申請できます。

問 日本年金機構米子年金事務所

問 住民課

0859・34・6111

0859・54・5210



詳しくはこちら
（日本年金機構H P）



電子申請もできます（YouTubeが開きます）

大山町「暮らしの便利帳」 広告掲載にご理解とご協力を

町内の全世帯に配付する、生活に必要な情報をまとめた「暮らしの便利帳」2024年度版を（株）サイネックスとの協働事業により、10月頃に発行する予定です。

発行にあたり、7月以降、便利帳への有料広告掲載に協力いただける事業者を募集します。

案内の送付や店舗への訪問に、ご理解とご協力をお願いします。

暮らしの便利帳に関すること

問 総合戦略課

0859・54・5203

広告に関すること

問 サイネックス鳥取支店

0857・53・7267

大山町ファミリー・サポート・センターの 会員を募集します！

ファミリー・サポート・センターとは、子育ての手伝いをしてほしい人（おねがい会員）に、手助けができる人（ひきうけ会員）が、地域の中で子育てを応援していく事業です。会員登録には入会費・年会費・保険料はいりません。町が保険に加入します。会員になると託児無料体験会や交流会に参加できます。

こんな時にひきうけ会員がサポートします

- ◆保育園、放課後児童クラブ等の送迎、終了後の預かり
- ◆保育園、学校の休日の預かり
- ◆保護者の病気、通院の時
- ◆冠婚葬祭、参観日、リフレッシュ など

利用料金

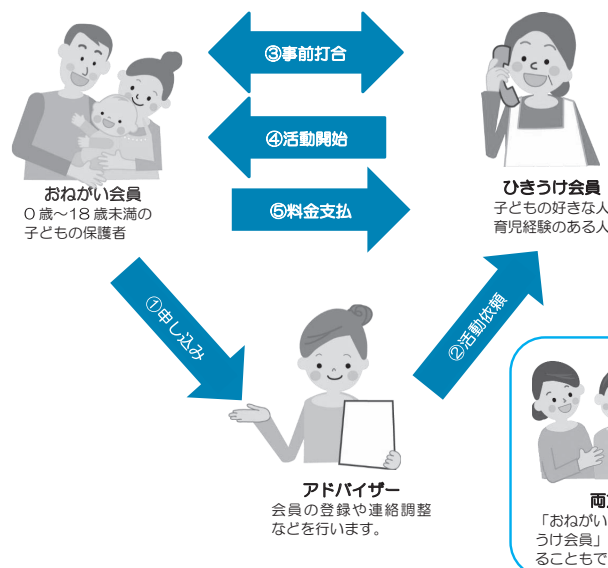
- ◆子ども一人につき1時間あたり500円
 - ・その後は30分超過ごとに250円
 - ・きょうだいに限り、二人目からは半額

利用場所

- ◆子育て支援センターや児童館等の施設
 - ※施設の状況により利用ができない場合があります。
- ◆ひきうけ会員の自宅

利用時間

- ◆午前7時から午後7時30分



問 ファミリー・サポート・センター（ふれあい会館内）

☎0859-54-2395

令和6年度自衛官採用試験のご案内

受験種目	受験資格	受付期間	試験日
自衛官候補生 任期制の自衛官として技術・体力を磨き、関係する資格取得も目指せます。任期満了後は再就職支援あり。	18歳以上 33歳未満の男女	年間通じて受付けています。	お問い合わせの際にお伝えします。
一般曹候補生 将来部隊の中核で活躍する自衛官を養成するコース。選抜試験を経て幹部に昇任も可能です。	18歳以上 33歳未満の男女	7月1日～9月3日	一次：9月14日～22日のうち指定する1日 二次：10月12日～10月27日のうち指定する1日
航空学生 海上・航空自衛隊のパイロットを養成するコース	(海上) 18歳以上 23歳未満の男女 (航空) 18歳以上 24歳未満の男女	7月1日～9月5日	一次：9月16日 二次：10月12日～17日のうち指定する1日 三次：(海上) 11月15日～12月11日のいずれか数日間 (航空) 11月9日～12月12日のいずれか数日間
防衛大学校 自衛隊組織のリーダーとなる幹部自衛官を養成する学校	18歳以上 21歳未満の男女	一般 7月1日～10月17日	一次：11月2日 二次：11月30日～12月4日のうち指定する1日
		推薦 9月5日～9月9日	9月21日・22日
		総合選抜 9月5日～9月9日	一次：9月21日 二次：10月26日・27日

【身分・処遇等】

- ・特別職国家公務員
- ・俸給：月額支給（年1回昇給）
- ・賞与：期末勤労手当（夏冬ボーナス）
- ・休暇：週休2日、祝祭日、年末年始・夏季、出産・育児、介護等
- ・多種多様な職種・職域があり、勤務や職種に応じて各種手当も充実
- ・福利厚生、各種保険、年金制度が充実



★自衛隊説明会のお知らせ

大山町納涼花火大会へ参加予定です。
当日、自衛官の採用制度や待遇についての個別説明や自衛隊グッズの配布を行う予定です。
日 時：令和6年7月27日（土）17時から20時（予定）
場 所：御来屋漁港
資料をご希望の方や採用についてご質問のある方はお出かけください。

問 自衛隊米子地域事務所 ☎0859-33-2440

日本遺産「大山」

大山の見方が

変わる小話

第三号 大山そばのはじまり

徐々に暑さがこたえる季節になってきました。そろそろ冷やし中華を始めたい人もいらっしゃるでしょう。しかし、大山で麺類というやはり大山そばが浮かぶ人が多いと思います。今回はその歴史を辿っていきます。

日本で最も古いソバの記述は『続日本紀』にあります。奈良時代の養老六年(722)に元正天皇が「年荒(飢饉)の備えとしてソバの栽培を奨励した」という記事です。ソバは稲作に適さない土地でも育ちやすく、非常時の備えとして古くから栽培されていたことが分かります。

『古今著聞集』には実際にソバを食べた説話が載っています。道命(どうみょう)という僧が住民から出された料理を食べた際、「これは何か。」とたずねました。住民は「そこかしこに大量に生えているソバです。」と答えました。この時道命はソバが食べられると知って驚いたというお話です。当時ソバはあくまでも庶民の非常食であり、貴

族出身の道命にとっては、食べ物という認識すらなかったようです。道命は藤原道綱の長男で、藤原道長の甥にあたる人物です。藤原道綱は現在放送中のNHK大河ドラマ「光る君へ」で上地雄輔さんが演じていらっしゃいます。

そんなソバの栽培が大山で始まったのは平安時代後期の頃と伝わっています。当時の大山寺の僧侶、基好(きこう)が栽培を奨励したのがきっかけとされています。ソバは飢饉の際に人々を救う最後の砦でした。その在り方は現世を迷う我々を救う地藏菩薩の姿と重なりました。こうしてソバの栽培は徐々に広がっていきました。14・15世紀の僧坊跡からソバの花粉が見つかっており、その頃には食べられていたことが推定できます。

しかし、まだこの段階では皆様が想像しているような蕎麦ではありません。道命が食べたのはソバの実のおかゆです。その後、石臼が中国から伝わってきたことで、そば粉を作ることが可能になりました。そば粉100%の団子状の料理が食べられるようになります。そして、その団子を細長く切った蕎麦切りが生まれ、現在の麺としての蕎麦になったのは室町時代後期以降の

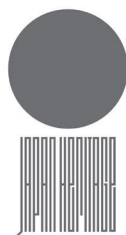


大山そば

ことです。そして、今の大山そばが生まれたのは江戸時代のことです。牛馬市に集まった人々に振舞われたことで広まったそうです。

この記事を読まれた方は蕎麦が食べたくなったことでしょう。たまには冷やし中華ではなく、日本遺産の構成文化財である大山そばを召し上がってみてください。(大山そばはあったかい蕎麦なんですけどね。)

編集・商工観光課



日本遺産



<http://daisen-japan-heritage.jp/> <http://daisen-japan-heritage.jp/>

広告

大山町のケーブルテレビ

大山チャンネル



CATV113ch 朝から夜まで毎日放送中

ピアノお売り下さい!!



訪問査定
無料

ピアノ調律師がお伺いいたします。

ご依頼は地元で安心のヤマハ正規特約店にご用命ください。

YAMAHA

平田ミュージック 0120-20-4501

〒683-0064 米子市道笑町1-34



◆訪問鍼灸リハビリなら◆

晴れ海鍼灸院

院長 鳥本 悠介

営業時間 平日9:00~18:00
(土・日・祝休み)

TEL/FAX:0859-57-6220

〒689-3211

鳥取県西伯郡大山町御来屋988-7

Mail:halekaishinkyuin@gmail.com

HP :<https://www.halekai-shinkyuin.com/>

大山の恵みの 里だより vol.189



まだまだ夏野菜！

夏野菜に含まれている水分やカリウムは、汗をかくて不足する水分を補給したり、身体をクールダウンさせたりします。他にも種々のビタミンが体内の活性酸素を除去し、肌の老化予防や紫外線対策に効果があるとされています。

きゅうり

カリウムやビタミンCが多く含まれていますが、ビタミンCを壊してしまう酵素も含まれています。酢にその酵素の働きを抑える作用があるので、酢の物で食べるとビタミンCも取れます。《おすすめレシピ》きゅうりとワカメの酢の物

トマト

リコピンが多く含まれており、抗酸



ピーマン

ピーマンの緑の色素には、クロロフィルが含まれています。抗酸化作用があり、免疫力を高めることや、血管内に中性脂肪がたまるのを防ぐ効果があるとされています。香りに含まれるピラジンには血液をサラサラにする効果があるとされています。

ゴーヤ

ビタミンC、カリウム、食物繊維、モルデシンなど栄養素が豊富に含まれている野菜です。モルデシンは、食欲増進や血糖値の低下に効果があるとされています。苦みが苦手な方は、白い綿の部分をしっかり取ったり、塩もみしたりすることで、気にならなくなります。ゴーヤチャンプルーは、沖縄料理で有名です。《おすすめレシピ》ゴーヤとツナの和え物

恒例のサンデーマルシェ開催

7月21日(日)
午前9時から午後1時
場所 道の駅大山恵みの里
※荒天の場合は中止することがあります。

☎08559546030

はい！消費生活相談窓口です

鳥取県内 令和5年度消費生活相談の概要

「身に覚えのない請求」にかかわる相談が多数！

～ 架空請求や詐欺目的メールに注意！ 慌てず、まずは相談を～

くらしに役立つ情報や最新の消費生活トラブルをお伝えします。
知っておくと適切な対応ができます。

【質問】

鳥取県内の消費生活相談窓口で寄せられる相談は、どんな内容がどのような年代で多いですか。
また、統計としてまとめたものを見ることができますか。

【回答】

県内の消費生活相談の概要は、鳥取県消費生活センターのホームページの「統計」の項目に掲載されていますので参考にしてください。以下は抜粋です。

【主な相談内容】

順位(前年)	相談内容	件数
1 (1)	商品一般(身に覚えのない請求、引き落とし等)	525
2 (2)	化粧品(美容液、ニキビクリーム等の定期購入等)	296
3 (3)	融資サービス(多重債務、ローン等)	242
4 (4)	役務その他(不用品回収、保険申請サポート、占いサイト等)	224
5 (5)	健康食品(食品、サプリメント等の定期購入等)	194

*令和5年度消費生活相談の概要

- 令和5年度の県内消費生活相談窓口への相談は4,821件で、前年比で2件減少。
- 内容別では、商品一般(身に覚えのない請求、引き落とし等)に関する相談が前年同様最多。
- 年代別では、60歳代を当事者とする相談が最多(890件18.5%)で高齢者の相談が多い。
- 若者の相談では、内職・副業、融資サービス、他の教養・娯楽(ネットゲーム、ギャンブル等)に関する相談割合が他の年代に比べて大きかった。

順位(前年)	相談内容	件数
6 (6)	相談その他(個人間借金、労働相談など、消費者問題以外の相談)	165
7 (7)	他の教養・娯楽(インターネットゲーム、出会い系サイト、ギャンブル等)	139
8 (10)	工事・建築・加工(各種工事、リフォーム等)	122
9 (6)	娯楽等情報配信サービス(アダルト情報、音楽配信、映像配信等)	116
9 (12)	移動通信サービス(スマートフォン、携帯電話、Wi-Fi等)	116

お気軽に消費生活相談窓口をご利用ください

消費者ホットライン ☎188 (平日は大山町役場住民課につながります)



ごみ通信

～小さな取り組みが大きな成果につながる～

そのまま捨てないで!! ごみの分別の方法を確認しましょう

ごみは分別がされていないと収集に支障をきたします。また、貴重な資源としてリサイクルできるものが、処理の困るごみとなってしまいます。

最近のごみ分別不良の事案をご紹介します。今一度、分別方法を確認して正しいごみ出しをお願いします。

事例:「ペットボトル」にラベル(可燃ごみ)、キャップ(不燃ごみ)が混入

ペットボトルは、飲料用、酒類用、しょうゆ、みりんやドレッシングなどの調味料用のものが対象です。

中をきれいに洗い、キャップ(不燃ごみ)とラベル(可燃ごみ)を取り除いて「ペットボトル」の日に出してください。なお、汚れの取れないペットボトルの本体は、可燃ごみとして出してください。

皆さんのご協力をお願いします。



問 住民課 ☎ 0859-54-5210



なかやま温泉だより

◆なかやま温泉 ☎ 0858-49-3330

こんにちは。なかやま温泉ゆーゆー倶楽部ナスパルです。夏空に雲の峰がひととき高く立つ頃となりました。どこからともなく聴こえてくる風鈴の音に本格的な夏の到来を感じますね。暑さもいよいよ本番、心と身体のリフレッシュに、なかやま温泉をぜひご利用ください。

【ご利用案内】

営業時間 10時～21時(20時30分受付終了)

休館日 毎月第2月曜日

料金 大人500円 小人250円

○お得な回数券、ポイントカードもございます。

○メンズデー／毎週金曜日…ご入浴の男性ポイント2個

○レディースデー／毎週水曜日…ご入浴の女性ポイント2個

【7月イベント情報】

『ナスパルシアター』7月6日(土) 10時・14時の2回上映 映画『紅花の守人 いのちを染める』

中近東からシルクロードを経て伝わった紅花(べにばな)は、悠久の旅の末、いまま山形の地に息づいている。手軽で安価な化学染料に取って代わられた紅花は、なぜ未だに愛され続けているのか。栽培から染めに至るまで4年の歳月をかけて完成した、世界初!紅花を巡る長編ドキュメンタリー。

【料金】大人1,000円 中学生以下500円 未就学児無料

『中山温泉朝市』7月7日(日) 9時～11時半 大山ジビエ振興会、コーヒー、クレープ、占いなど

ど多くのお店が出店。中山温泉からは大好評の『境港産干物』の販売も実施します。

出店者募集中!! 出店料／500円(中山温泉入浴券付)
※初回出店料は無料です

『ミニ4駆大会』7月28日(日) 9時～17時

【料金】エントリー料1,000円(温泉入浴券付)

『お風呂の日』7月26日(金)

ポイント5個プレゼント!!



町長の

「余白に書かせて!」

～episode 67～

大山町長 竹口 大紀

旧中山町から始まった姉妹都市交流は、今年で30周年。6月5日から5日間の日程で、アメリカの姉妹都市であるカリフォルニア州テメキュラ市から、市長夫妻など9名が大山町を訪問されました。

中山国際交流協会のみなさんを中心とした実行委員会のご尽力によって、30周年記念式典など記念行事や、意義深い交流ができたことに心から感謝を申し上げます。

感染症の影響による交流の中断を乗り越えた再会で、テメキュラのみなさんとの友情がさらに深まったのではないのでしょうか。次は、現地での30周年記念行事に、万全の準備で臨みたいと思います。



植樹するステュワート市長夫妻と



だいせんと ワタシ

Voice. 012

しおた ひでのり
汐田 英徳さん

～このまちで暮らす・働く・そして好きになる～



カレー愛から生まれた
無農薬笑顔米

カレーラーの消費量日本一の鳥取県。ある種「県民食」とも言えるカレーをこよなく愛する汐田さん。その好きが高じて6年前から鳥取県が開発したカレーライス専用米「プリンセスかおり」の栽培を始めました。

もともと米農家に育った汐田さん。会社員として働きながら農業を手伝っていました。その一方で、子どもの頃から好きだったカレーへの想いは年々高まり、カレー研究家の方が校長を務める「カレーの学校」にも行き、想いは好奇心へと変化していきました。そんな中、鳥取県がカレーライス専用米を開発した事を知り、「カ



一粒一粒がきわだつ「プリンセスかおり」

レーへの愛を極めるにはこれしかない!」と思い栽培を始めたそうです。

「プリンセスかおり」はインドの「バスマティ」と日本の「こしひかり」を掛け合わせたお米です。炊くとポップコーンのような香りが広がり、ご飯もパラパラしていますが一粒一粒がもちもちしており、どんなカレーにも合うそうです。ただ、その特性を生かすには栽培にもさまざまな苦労があるようです。また、無農薬にこだわっているため、田車を押しての雑草取りは毎朝、出勤前のルーティーンとなっているそうです。

仕事をしながら米の栽培から販売まで手掛け、カレー関連のイベントが開催されれば会場に行かれるそうで、忙しい日々を過ごしておられます。しかし、常に笑顔絶えず楽しそうに話をされる汐田さん。「カレーが好きだから」と豪快に笑いとばす汐田さんの情熱と人柄もお米の美味しさにつながっているのかもしれません。

